

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	<i>Каша вязкая молочная пшеничная</i>	Калорийность-308, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-41	26-93
200	<i>*Какао с молоком сгущенным</i>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	28-88
Итого за завтрак		Калорийность-441, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-63	55-81
<u>Обед 1</u>			
250	<i>Суп картофельный с фасолью и мясом</i>	Калорийность-223, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-24	39-78
200	<i>*Плов с филе цыпленка</i>	Калорийность-484, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-37	81-89
200	<i>*Компот из свежесзаморож. клюквы</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	14-28
20	<i>*Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	2-05
20	<i>*Хлеб бородинский</i>	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-66
Итого за Обед 1		Калорийность-855, Белки-36, Жиры-36, Углеводы-96	140-66
<u>Обед 2</u>			
250	<i>Свекольник со сметаной и мясом</i>	Калорийность-127, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	34-57
100	<i>Кнели из кур с рисом</i>	Калорийность-294, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-8	60-26
150	<i>*Макаронные изделия отварные</i>	Калорийность-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-36	8-63
200	<i>*Компот из свежесзаморож. клюквы</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	14-28
20	<i>*Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	2-05
20	<i>*Хлеб бородинский</i>	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-66
Итого за Обед 2		Калорийность-793, Белки-28, Жиры-34, Углеводы-93	122-45
<u>В продаже</u>			
100	<i>Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком</i>	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	28-04
100	<i>*Салат из капусты со сладким перцем</i>	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	12-31
1	<i>*Сок натуральный т/п, 0200л</i>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-25	37-94
200	<i>*Чай с сахаром</i>	Калорийность-27, Углеводы-6	1-54
1шт	<i>Шоколад 20гр</i>		40-14
1	<i>Печенье "Кременкульское на сливочном масле" 25 гр</i>		25-29
100	<i>*Лепешка с сыром</i>	Калорийность-301, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-36	32-23
100	<i>*Булочка Домашняя</i>	Калорийность-372, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-56	16-17
Итого за В продаже		Калорийность-1 005, Белки-23, Жиры-35, Углеводы-142	193-66
Итого за		Калорийность-3 094, Белки-98, Жиры-120, Углеводы-394	512-58

Льготное питание 12лет и стар и СВО 105р

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед 1			
230	Суп картофельный с фасолью	Калорийность-175, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-22	12-87
240	*Плов с филе цыпленка	Калорийность-580, Белки-28, Жиры-32, Углеводы-44	75-6
200	*Компот из свежесзаморож. клюквы	Калорийность-76, Углеводы-20	10-98
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
25	*Хлеб бородинский	Калорийность-30, Белки-1, Углеводы-6	2-89
Итого за Обед 1		Калорийность-932, Белки-37, Жиры-38, Углеводы-107	105-02
Обед 2			
60	Огурец в нарезке	Калорийность-8, Углеводы-2	7-06
250	Свекольник со сметаной и мясом	Калорийность-127, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	26-41
100	Кнели из кур с рисом	Калорийность-294, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-8	46-36
180	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-269, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-43	7-97
200	*Компот из свежесзаморож. клюквы	Калорийность-76, Углеводы-20	10-98
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
30	*Хлеб бородинский	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-7	3-47
Итого за Обед 2		Калорийность-881, Белки-29, Жиры-36, Углеводы-109	104-93
Итого за		Калорийность-1 813, Белки-66, Жиры-74, Углеводы-216	209-95

Директор

Э.Г.Фомина

Бухгалтер

Н.В.Коносова

Ж.А.Парахнева

ч

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	Каша вязкая молочная пшеничная	Калорийность-308, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-41	20-7
200	*Какао с молоком сгущенным	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-21
30	Сыр твердых сортов в нарезке	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	18-49
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жиры-8	5-6
40	*Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-19	3-57
276	*Апельсины	Калорийность-110, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22	34-35
Итого за завтрак		Калорийность-829, Белки-23, Жиры-33, Углеводы-104	104-92
<u>Обед 2</u>			
70	Огурец в нарезке	Калорийность-10, Белки-1, Углеводы-2	8-23
250	Свекольник со сметаной и мясом	Калорийность-127, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	26-24
100	Кнели из кур с рисом	Калорийность-294, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-8	46-36
180	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-269, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-43	7-97
200	*Компот из свежесзаморож. клюквы	Калорийность-76, Углеводы-20	10-98
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
22	*Хлеб бородинский	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	2-54
Итого за Обед 2		Калорийность-873, Белки-30, Жиры-36, Углеводы-107	105
Итого за		Калорийность-1 702, Белки-53, Жиры-69, Углеводы-211	209-92

Директор ЭТ Фомин Н.В. Коновод Ж.А. Пардусови



ОВЗ, инвалиды 217,20 рублей 12 лет и ст.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	Каша вязкая молочная пшеничная	Калорийность-308, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-41	20-7
200	*Какао с молоком сгущенным	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-21
20	Сыр твердых сортов в нарезке	Калорийность-72, Белки-5, Жиры-6	12-33
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
140	Яблоки	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14	16-4
Итого за завтрак		Калорийность-647, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-92	74-32
<u>Обед 1</u>			
60	Огурец в нарезке	Калорийность-8, Углеводы-2	7-06
250	Суп картофельный с фасолью и мясом	Калорийность-223, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-24	30-61
280	*Плов с филе цыпленка	Калорийность-677, Белки-33, Жиры-37, Углеводы-51	88-17
200	*Компот из свежесзаморож. клюквы	Калорийность-76, Углеводы-20	10-98
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
30	*Хлеб бородинский	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-7	3-47
Итого за Обед 1		Калорийность-1 091, Белки-46, Жиры-46, Углеводы-119	142-97
<u>Обед 2</u>			
110	Огурец в нарезке	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	12-94
250	Свекольник со сметаной и мясом	Калорийность-127, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	26-01
100	Кнели из кур с рисом	Калорийность-294, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-8	46-36
180	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-269, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-43	7-95
200	*Компот из свежесзаморож. клюквы	Калорийность-76, Углеводы-20	10-98
30	*Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-68
30	*Хлеб бородинский	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-7	3-47
Итого за Обед 2		Калорийность-888, Белки-30, Жиры-36, Углеводы-110	110-39
<u>полдник</u>			
263	*Бананы	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	34-68
200	*Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-6	1-18
1шт	Йогурт фруктовый		46
	Растушка 110гр		
100	*Лепешка с сыром	Калорийность-301, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-36	24-8
Итого за полдник		Калорийность-433, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-63	106-66
Итого за		Калорийность-3 059, Белки-108, Жиры-116, Углеводы-384	434-34

Директор

Э.Н. Фомина

Бухгалтер

Н.В. Коносова

Ж.А. Парахнева

ч



ОВЗ, инвалиды 196,07 рублей с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
200	Каша вязкая молочная пшеничная	Калорийность-308, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-41	20-72
200	*Какао с молоком сгущенным	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	22-21
30	Сыр твердых сортов в нарезке	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	18-49
40	*Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-19	3-57
Итого за завтрак		Калорийность-644, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-82	64-99
<u>Обед 1</u>			
80	Огурец в нарезке	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	9-41
250	Суп картофельный с фасолью и мясом	Калорийность-223, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-24	30-43
240	*Плов с филе цыпленка	Калорийность-580, Белки-28, Жиры-32, Углеводы-44	75-6
200	*Компот из свежесзаморож. клюквы	Калорийность-76, Углеводы-20	10-98
26	*Хлеб пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-13	2-32
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-31
Итого за Обед 1		Калорийность-976, Белки-42, Жиры-41, Углеводы-108	131-05
<u>Обед 2</u>			
80	Огурец в нарезке	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	9-41
250	Свекольник со сметаной и мясом	Калорийность-127, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	26-01
100	Кнели из кур с рисом	Калорийность-294, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-8	46-36
150	*Макаронные изделия отварные	Калорийность-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-36	6-64
200	*Компот из свежесзаморож. клюквы	Калорийность-76, Углеводы-20	10-98
20	*Хлеб пшеничный	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	1-78
20	*Хлеб бородинский	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	2-31
Итого за Обед 2		Калорийность-804, Белки-29, Жиры-34, Углеводы-95	103-49
<u>полдник</u>			
1	Йогурт фруктовый Растушка 110гр	Калорийность-99, Белки-25	46
100	*Лепешка с сыром	Калорийность-301, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-36	24-8
175	*Апельсины	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-14	21-78
Итого за полдник		Калорийность-470, Белки-38, Жиры-11, Углеводы-50	92-58
Итого за		Калорийность-2 894, Белки-130, Жиры-110, Углеводы-335	392-11

Бухгалтер

Н.В.Коносова

Ж.А.Парахнева

ч

